

早くも6月です。今月が終わると今年も半分が終わってしまいます。時の流れは速いものです。今年の計画を見直して再検討してみるのにもいい時期だと思います。身体のことや仕事のこと、家族のことなどいろいろな場合があると思います。身近な人と話し合ってみましょう。またこれからはだんだん暑い季節に入っていきます。健康管理には十分に注意をしましょう。

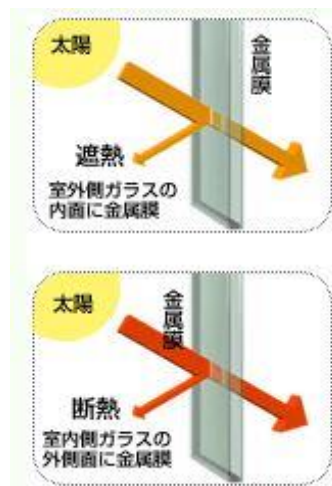
TEL : 053-436-2031  
 ホームページ : <http://www.hamaju.com/>  
 E-mail : [info@hamaju.com](mailto:info@hamaju.com)  
 営業時間 : 8:00~18:00  
 定休日 : 毎週日曜、第2・4土曜、祝日

住宅会社の広告等でよく見かけるようになった言葉にLow-Eガラスというものがあります。Low-Eガラスとは一体どんなものなのでしょうか？

### Low-Eガラスとは？

・「Low-E」=Low Emissivityの略。翻訳すると「低反射」という意味。ガラスの放射率が低いほど赤外線を反射させ、熱を通しにくい。一般的なガラスより断熱性が高い。

ガラスに薄い金属膜をコーティングする事で作られます。



Low-Eガラスには遮熱型と断熱型の2種類があり、金属膜をコーティングする面の違いによって区別されます。

遮熱型は太陽や地面の照り返しなど、外から入ろうとする熱を遮断します。

断熱型は室内の熱が外に奪われることを防ぎます。

よって、夕日の暑さが厳しい西側の窓に遮熱型、冬場に日差しの暖かさを取り入れたい南側の窓に断熱型のガラスを使うといった使い分けをする場合もあります。

一般的なガラスと比べて高価である、金属膜の影響でガラスに薄く色が付く等のデメリットもありますが、冷暖房費の削減、家具や壁紙の日焼けを軽減する等、採用するメリットは大きいと思われる。

### 口の渇きが気になったら

年を取るにつれ、唾液が出にくくなり、口の中の渇きに悩んでいる人は少なくないでしょう。口の環境悪化は歯周病や虫歯のリスクを高めるだけでなく糖尿病など全身の病気にも関係していることが分かってきました。

最近「ビスケットやパンが飲み込みにくい」「口臭がする」「ネバネバする」「ニッコリ笑った時に口が戻りにくい」「乾燥する感じが1ヶ月続く」のも唾液減少のサインです。

### 最良の薬はリラックスした食事

#### 口のうるおいを保つ生活習慣

1. 口の中を清潔に。柔らかめの歯ブラシで歯と舌をきれいに洗う。
2. 食事は良くかんで。暴飲暴食はしない。
3. 食事は楽しい仲間とリラックスして。
4. 口呼吸はせずに、鼻で呼吸よう心がけて。
5. 姿勢よく。前かがみにならない。
6. 適度な運動でストレスを発散。1日20分くらい歩く。



一人暮らしの人や夫婦で会話が少ないと唾液は出にくいことが多い。歌を歌ったり友人とおしゃべりをして食事をするなどが効果的です。

## 上島 H様邸新築工事



H様邸新築工事の現況写真です。先月号の上棟時の写真と比べると、サッシが取り付けられ、屋根に瓦が乗っています。外壁を覆うように貼られているのは防水紙で、この上からサイディングを張ります。

## 幸 S様邸改修工事



S様邸改修工事の浴室改修の様子です。この工事においては、浜松市の介護保険による住宅改修費の補助を受けています。浴槽の交換の他に、浴室及びトイレに手摺の取り付けと洗面室のクッションフロアシートの貼替を行います。

### 当社推奨工法 耐震壁体内通気循環工法(MOKUZO+)

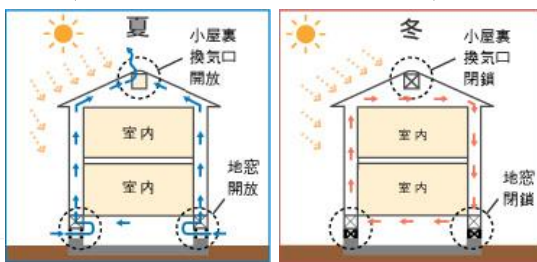
#### 落とし蓋工法



強度は2×4工法の2.5倍



#### 壁体内通気循環システム



冬暖かく  
夏涼しい

壁体内を空気が循環するので、家が長持ちします。

\* 詳しい資料をご希望の方はご連絡下さい。  
 \* 詳しくは当社のホームページからご覧いただけます。

浜松住宅(株)

浜松住宅は、新築・増改築・ちょっとしたリフォームから不動産のご相談まで、みなさまのお手伝いをさせていただきます。何でも気軽に相談ください。

浜松市北区初生町883-5  
 浜松住宅株式会社 電話053-436-2031  
 営業担当 河野 拓造 080-6968-1815